

# آئینہ مسرورم

آئینہ سکندری



حمید بک ڈپو، اردو بازار لاہور



جملہ حقوق محفوظ ہیں  
علم مسمریزم، ہیناٹزم، ٹیلی پتھی، تھٹ، ریڈنگ، علم الغیب و مردہ  
روحوں سے بات چیت کا مکمل کورس

مقبولے

ایس۔ مسمریزم

عرفے

حل المسکلات استاد مسمریزم ہیناٹزم

مؤلفے

جناب سراج دین صاحب قادری حشری لاہوری

(منگوانے کا پتہ)

حمید بک ڈپو۔ نو لکھا بازار۔ لاہور

قیمت : ۱۸۰ روپے



## دیباچہ

سکندر ایک جبری بادشاہ تھا۔ اس نے بڑے بڑے ممالک کو فتح کیا  
بڑے بڑے ناقابلِ تسخیر قلعوں کو آگ و دھواں میں توڑ کے رکھ دیا۔ اس کی اس بہادری  
جو انہری اور مستقل مزاجی کو دیکھ کر لوگ کہا کرتے تھے کہ سکندر دراصل انسانی  
نہیں بلکہ کوئی جن یا بھوت ہے جس کے آگے دنیا کی کوئی طاقت دم نہیں مار سکتی۔  
کہتے ہیں کہ سکندر کے پاس ایک آلہ تھا جس سے وہ دنیا کے سب آنے  
والے واقعات دیکھ لیا کرتا تھا۔ لیکن آج نہ سکندر ہے اور نہ وہ آلہ۔ اب اس  
دورِ جدید میں چشمِ مشاق اس چیز کو تلاش کر رہی ہے جس کی بدولت ساحرِ لوگ  
بے جانی ہڈیوں میں رُوح پھونک کر اس سے بات چیت کر لیا کرتے تھے  
جس کی مدد سے وہ ہر قسم کے منتر اور طلسم چلا کر اپنی ہر شخص کی اور ہر قسم کی  
خواہش کو پورا کر لیا کرتے تھے۔

خواہش ہر آدمی کے دل میں پیدا ہوتی ہے اور اپنی خواہش پورا کرنے کیلئے  
وہ بلا دریغ روپیہ خرچ کرنے کو تیار رہتا ہے مگر کیا ایسا ہونا ممکن ہے؟

جملہ حقوق محفوظ

بار دوم ۱۹۶۹ء  
تعداد ۱۰۰۰

ناشر  
حمید بک ڈپو۔ نوکھا بازار۔ لاہور  
طابع



اگر غور کیا جائے تو معلوم ہوگا کہ آخر جو باتیں پرانے زمانے میں ہوتی تھیں وہ آج کیوں ناممکن ہیں۔

اس کی وجہ یہ ہے کہ جن لوگوں کو یہ راز معلوم تھے۔ وہ کسی قیمت پر بھی انہیں کسی کو بتانے کے لئے تیار نہ تھے۔ اکثر تمام علم اپنے سینے میں محفوظ رکھتے تھے۔ اور ان کی زندگی کے ساتھ ہی ان کا علم بھی ختم ہو جاتا تھا۔ البتہ کچھ اہل علم ایسے تھے جو اپنے فن کو اپنی بیاض خاص میں سمجھ رکھتے تھے اور اپنے آخری وقت پر یا تو خود اسے اپنے کسی جانشین یا وارث کے حوالے کر جاتے تھے یا ان کی موت کے بعد تمام کاغذات از خود ان کے پس ماندگان کو مل جاتے تھے۔ اس قسم کے بہت سے باکمال حضرات و ماہرین فن کی خاص بیاضوں اور یادداشتوں میں سے چند ایک خاص چیزیں بڑی محنت اور زور کثیر صرف کر کے ہر خاص و عام کے لئے شائع کی جا رہی ہیں۔ امید ہے ناظرین ہماری محنت کی داد دیتے ہوئے ہم کو وراثتِ غیر سے یا وراثتیں گے اور جہاں تک ممکن ہوگا، غریبوں اور ضرورت مندوں کی خدمت سے ہرگز گریز نہ کریں گے۔

(استاد سواج دین)

## مسمیرہ زم کی مختصر تاریخ

تاریخ کی ورق گردانی کی جائے تو معلوم ہوتا ہے کہ یہ علم اس وقت سے ہے جب کہ دنیا کا سلسلہ شروع ہوا۔ یہ ایک لانا تھا علم ہے جو شروع دنیا ہی سے خدا کی طرف سے بڑے بڑے بزرگوں کو عطا ہوتا رہا ہے۔ یہ قوت و سرور لوگوں میں بھی غرض کہ ہر انسان و حیوان بلکہ نباتات و جمادات میں موجود ہے مگر اس کا جاننے والا کوئی کوئی ہوتا ہے۔

غور کیا جائے تو ہمارے اسلاف کے پاس بھی علم تھا۔ جس کی بدولت وہ طرح طرح کے کرشمے اور معجزات دکھا کر بھلا کیا کرتے تھے۔ چونکہ ہر ایک کے لئے اس علم کا جانتا مشکل ترین تھا۔ لہذا تارک الدنیا فقیر لوگ اسے حاصل کرتے اور دنیا کو فیض پہنچاتے۔ انہی بزرگوں میں سے کچھ نے اس علم کو آسان بنانے کے لئے اس کو احاطہ تحریر میں قید کیا جس سے کئی معمولی اشخاص بہرہ ور ہوئے اور پھر بزرگوں کی صف میں شامل ہو گئے۔

ایشیا میں یہ علم از مند قدیم ہی سے ہے۔ ایشیا کے ممالک ہندوستان



۶  
میں اسے یوگ دیا اور عرب میں اسے "روحانیت" کہا جاتا ہے "سمسمریزم" اسی علم کی بہت معمولی سی شاخ ہے۔ زمانہ سلف کے جوگی، فقیر، روضیوں کو چھو کر یا اپنی دھونی میں سے ذرا سی راکھ دے کر تندرست کر دیتے تھے۔ اس علم کی طاقت سے ایک قالب سے دوسرے قالب میں چلے جاتے تھے۔

چین میں بھی یہ علم بہت تھا۔ چین کی ایک مستند کتاب میں لکھا ہے کہ اطبا چین جانوروں کو سلا کر ان کی تکلیف و شکایات رفع کر دیتے تھے۔ اسی طرح انسانوں کی بیماریاں ان کو احساس دلا کر ہی دور کر دیا کرتے۔ یونان کے طبیب بھی اسی علم کا سہارا لے کر پوشیدہ سے پوشیدہ امراض کو ایکسرے مشین کی طرح دیکھ لیا کرتے۔

آپ کسی بھی قوم یا ملک کی تاریخ کا مطالعہ کریں۔ یہی نظر آئے گا کہ سب میں سمسمریزم کا رواج اور اس کے ذریعہ علاج معالجہ ہوتا ہے۔ صرف راز یہ ہے کہ اس علم کے مختلف ممالک میں مختلف زبانوں میں مختلف نام رواج پائے مگر کسی نے بھی اس کے اصول اور طاقت و اثر میں فرق ظاہر نہیں کیا۔

ذر۔ ذرنے۔ زمینوں ان تینوں چیزوں کے پیچھے ساری دنیا مادی مادی پھرتی ہے۔ مگر اس سے بڑھ کر بھی کوئی نعمت اس دنیا میں موجود ہے یہ کسی کو بھی معلوم نہیں یا بہت کم لوگ اس راز سے واقف ہیں۔ اگر آپ کو یہ معلوم ہو جائے کہ یہ نعمت آپ کے دل میں بند ہے تو آپ کی آنکھیں حیرت سے

کھلی رہ جائیں گے۔

اپنی ہستی کا جو راز نمایاں ہو جائے  
اُدنی کثرتِ انوار سے حیراں ہو جائے

اس عجیب غریب اور پوشیدہ طاقت کا فارسی نام ہے "مقاہیس"، لاطینی میں "میگنزم"، اردو میں "روحانیت"، عربی میں "علم الاشراف"، ہندی میں "یوگ" دیا اور انگریزی میں "سمسمریزم" کہتے ہیں۔

### آئینہ سکندری یا میڈیم سے بات چیت

معزز شائقین! علم سمسمریزم کے سیکھنے سے بڑے بڑے عجیب غریب اور حیرت انگیز کام کئے جاسکتے ہیں۔ بڑے بڑے اسرار حل ہوتے ہیں۔ نئی نئی باتیں اور معجزے دیکھنے میں آتے ہیں۔ اس علم کے ذریعے انسان ساحر، اہل کشف و کرامت اور باکمال جادوگر بن سکتا ہے۔

اس علم سے متعلق آپ نے اور بھی بہت سی کتابیں دیکھی ہوں گی مگر ہمارا دعویٰ ہے کہ فن سمسمریزم میں ایسی نادرا اور جوہر، مکمل و آسان کتاب آپ نے آج تک نہیں دیکھی ہوگی۔ اس میں ہندوستانی یوگیوں، تارک، دنیا فقیروں اور سنیا سیوں، باکمال جادوگروں اور سمسمریزروں کے سینوں کے وہ راز جو احاطہ تحریر میں نہیں آسکتے تھے۔ نیز جادوگروں کے وہ راز جن کو اکثر ہندوستانی سادھو اپنے سینہ



۸  
میں لے کر گوشہ قبر میں جا بیٹھے، اپنے ذاتی تجربہ میں لاکر اس کتاب میں عملی طور پر  
درج کردیئے ہیں جس سے معمولی سہجہ کا آدمی بھی مطالعہ کرنے کے بعد اگر چاہے  
تو ماہر مسمریزم بن سکتا ہے۔ کتاب کیا ہے، اسرار مسمریزم کا ایک عملی خزانہ ہے  
اس میں مسمریزم، ہینٹائزم، روشنی صمیری، ٹیلی پیتھی، علم الغیب کے درجنوں عمل  
اسباق و مکمل ہدایات درج ہیں۔

## مسمریزم کے کمالات

علم روحانی کی ایک معمولی سی شاخ "مسمریزم" سے مندرجہ ذیل کمالات حاصل  
ہوتے ہیں۔

- ۱۔ توجہ کرنے، ناخود پیرنے یا اشارہ کرنے سے بڑے بڑے امراض کا علاج کرنا
- ۲۔ آنے والی باتیں معلوم کرنا۔
- ۳۔ غائب شدہ اشیاء کو دیکھ لینا۔
- ۴۔ ہزاروں میل دور انسان سے ملاقات کرنا۔ اسے دیکھ لینا اس سے گفتگو کر  
لینا۔

۵۔ ہزاروں برس پرانے حالات دریافت کرنا۔

۶۔ انسان کو وقتی طور پر بے حس کر دینا۔

۷۔ بند صندوق کے اندر کا حال جان لینا۔

۸۔ ہر انسان کے دلی خیالات جان لینا۔

۹۔ اندرونی امراض کو اپنی آنکھوں سے دیکھ لینا۔

۱۰۔ اپنے اسلاف کی روحوں سے بات چیت کرنا۔ ان کی زبان بڑے بڑے  
راز جانتا۔

۱۱۔ ہوا میں اڑنا۔

۱۲۔ لوگوں کی نظروں سے اپنے آپ کو غائب کرنا یا کسی کو غائب کر دینا۔

۱۳۔ بغیر کچھ کھائے پئے مہینوں گزار لینا۔

## علم مسمریزم کے فائدے

اس علم کو حاصل کرنے کے بعد اسے اُجاگر کرنے کے لئے ایک معمول کی  
شد ضرورت ہے۔ معمول کے کہتے ہیں اس کا بیان آگے کے صفحات میں درج کیا جائے  
گا۔ علم مسمریزم سے مندرجہ ذیل فائدے حاصل ہوتے ہیں۔

- ۱۔ معمول عامل کا ہم خیال اور حکم کے تابع ہوگا۔
- ۲۔ معمول عامل کے حکم کے مطابق ہر کسی سے محبت یا نفرت کرے گا۔
- ۳۔ عامل معمول کو جہاں بھیجے گا وہ وہاں جائے گا۔
- ۴۔ عامل معمول پر بغیر تکلیف کے عمل جراحی کر سکتا ہے۔
- ۵۔ معمول گم شدہ اشخاص اور مال و زر کا پتہ بتائے گا۔



۶۔ عامل کے حسب حکم معمول روحوں سے بات چیت کرے گا۔

۷۔ جس شخص پر متواتر مسریم کا عمل کیا جائے گا اس پر کوئی آسیب، جادو، ٹونہ یا بیماری اثر انداز نہیں ہوتی۔

۸۔ عامل بغیر دوائی کے بعض امراض کو دور کر سکتا ہے۔ اپنے علم سے ہر دخت اور بڑی بوٹیوں کے خواص کا پتہ لے سکتا ہے۔

### مضرات سے بچو

۱۔ آنکھ کی شش بڑھانے کے لئے بہت زور سے آنکھیں پھاڑ کر نہ دیکھو۔ عمل کی جگہ پر عمل کے دوران کافی روشنی ہو جس سے آپ معمول کی آنکھوں میں بخوبی دیکھ سکیں۔

۲۔ معمول ایسا ہو جس کو جھوٹ برسنے کی عادت نہ ہو اور جو سوال کرنے پر درست جواب دے سکے۔ اگر اس سے سہو ہو جائے تو وہی سوال دوبارہ کریں۔

۳۔ سوال عام اور سادہ الفاظ میں کریں تاکہ معمول بخوبی سمجھ لے۔ کوئی بات ایسی نہ پوچھو جو اس کی سمجھ سے بالا ہو۔

۴۔ ابتدا میں معمول کو کسی ایسی جگہ نہ بھیجو جو بہت دور ہو یا جہاں اندھیرا ہو اور خوتاں مقام ہو۔ مثلاً۔ روحوں کے پاس۔ غیر ممالک وغیرہ۔ اگر بھیجنا ہی ہو تو معمول کے گرد روشنی کا دائرہ خوب مضبوط باندھو۔

۵۔ جب تک معمول ایک بات کا جواب نہ دے دوسرا سوال نہ کریں۔

۶۔ اگر تمہارے حکم کے مطابق معمول کسی سے رٹنے لگے تو اس کے ہاتھ میں

روشنی کا ڈنڈا پکڑا دو تاکہ وہ فتح پا کر آئے ورنہ شکست کھانے کا ڈر ہے۔

۷۔ اندھیرے میں بھیجنا ہو تو بھی اس کے ہاتھ میں مشعل یا لمپ ضرور دے دو تاکہ وہ اندھیرے سے خوف نہ کھائے۔

۸۔ اکثر ایسا ہوتا ہے کہ جب معمول عالم ارواح میں جاتا ہے تو پھر واپس آنے کو اس کا دل نہیں چاہتا۔ لہذا پہلے اس سے اقرار لے لیں کہ وہ تمہارے حکم کے بغیر کہیں نہیں جائے گا۔

### عامل کیلئے ممنوع چیزیں

۱۔ قتل، دزدی، جانورانی، ناپاک رہنا، شکم سیر کھانا، دل کی باتیں ظاہر کرنا، عداوت، طعن، حرص، الفت، غضب، خوف، شہوت، غرور، حسد، ظلم، تعصب، لاپرواہی کیفیت، جہل ہر قسم منع ہے۔

۲۔ پیٹ بھر کر کھانا سخت منع ہے۔ زنا، چوری، بدکاری جس قدر عیب کئی مذاہب میں معیوب سمجھے گئے ہیں۔ وہ اس علم کو حاصل کرنے کے لئے ترک کر دیں۔

۳۔ نشہ آور اشیاء، کشتہ جات اور گوشت قطعی منع ہے۔ کیونکہ یہ چیزیں جسم میں تحریک پیدا کرتی ہیں جو طالب روحانیت کے لئے مضر ہے۔

۴۔ عامل کسی جاندار کو بلا و جہر نہ ستائے نہ مارے۔



۵۔ ہنری اور پھل کا کٹنا بھی منع ہے۔

۶۔ بدروح بھی اس علم کو حاصل کر سکتے ہیں۔ مگر ان کے عمل بھی بد ہی ہوں گے ان کی نیک خواہشات پوری نہیں ہو سکتیں اور نہ ہی یہ نیک کام کر سکتے ہیں۔ نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ وہ دنیا اور دین میں خوار ہوتے ہیں۔

## عامل کیلئے ضروری ہدایات

۱۔ معمول کے ساتھ نہایت محبت سے پیش آنا چاہئے۔ اور اپنا رعب بھی قائم رکھنا ضروری ہے۔

۲۔ اپنے معمول کو صرف ان لوگوں سے طے کی اجازت دو جو اس کے قریبی دوست ہوں۔ غیر آدمی اسے مت چھوئے۔ اگر ایسا ہوگا تو اس کا دماغ فیل ہو جائے گا۔

۳۔ مجمع میں حرص و ہوس کے متعلق عمل نہ کرو۔

۴۔ معمول سے فضول سوال نہ کرو۔ ہر سوال کا جواب لینے کے بعد کچھ وقفہ ہونا ضروری ہے۔ ایسا نہ ہو کہ جواب دیتے دیتے معمول تھک جائے۔

۵۔ عامل سخت جسمانی و دماغی کام، ورزش وغیرہ سے پرہیز کرے تاکہ قوت میں کثافت نہ آئے۔

۶۔ عامل دن میں تین یا چار اشخاص سے زیادہ پر عمل نہ کریں۔ اگر عمل کرنے کے بعد کمزوری محسوس ہو تو متواتر تین چار یوم صبح کے وقت انگلیوں بند کر کے سوچ

کے سامنے کھڑے رہیں تاکہ جسم سے جو طاقت خارج ہو چکی ہے وہ پوری ہو جائے۔

۷۔ اپنے معمول کے سامنے اس کی تعریف مت کرو ورنہ وہ مغرور ہو کر دھوکا دینے کا عادی ہو جائے گا۔

۸۔ عمل کرنے کے لئے موسم معتدل ہو۔ زیادہ گرمی اور زیادہ سردی میں یہ عمل نہ کریں۔ متعدی امراض والے معمول کا علاج مت کرو۔ اگر کرو تو اسے چھوڑ مت۔ علاج میں صفائی کا خیال رکھو۔

۹۔ اپنے معمول کو عمل کے وقت ایسی باتوں پر مجبور نہ کرو جن کو وہ ناپسند کرتا ہو اور جو اس کی قابلیت سے باہر ہوں ورنہ اس کے دماغ کو نقصان پہنچے گا۔

بہتر یہ ہے کہ اسے فطرت کے راستے پر چلنے دیا جائے اسی طرح ترقی ہو جائیگی۔

۱۰۔ مسمریزم کا استعمال مصیبت زدہ لوگوں کی تکلیف اور جابر مصیبت رفع کرنے کے لئے کرو۔ اگر ان کے علاوہ دیگر غلاف فطرت کاموں میں استعمال کرو گے تو کامیابی ممکن نہیں۔

۱۱۔ اس علم کو لغو اور شعبہ بازی مت خیال کرو بلکہ اس علم کو روحانی غذا سمجھ کر حاصل کرنے کا شوق ہو۔

۱۲۔ کیسوی قلب کے لئے تصور کا ہونا ضروری ہے جو بغیر کسی خواہش کے یا چیز کے نہیں ہو سکتا۔ اس لئے پہلے کسی چیز کی خواہش پیدا کرو۔ غذا ہلکی



زود مضیم اور مقوی کھائیں۔ ایسی اشیاء سے پرہیز کرو جو دماغ دل اور معدہ کو کمزور کرتی ہیں۔

۱۲۔ ایسے لوگوں کی صحبت سے بچو جو گالی گلوچ، نا جانہ فعل اور جھوٹ بولنے کے عادی ہوں۔ ہمیشہ سچ بولو۔ سچائی کو پسند کرو۔ جھوٹ کسی بھی وقت نہ بولو۔  
۱۳۔ اول تو لاپنج نہ کرو ورنہ امر واجب سے پہلو تہی نہ کرو۔

۱۵۔ جو باتیں اس علم کے حصول کے دوران مشاہدہ میں آئیں انہیں کسی پر غلا ہرمت کریں کیونکہ ۵ بشر را زدلی کہہ کر ذلیل و خوار ہوتا ہے

کہ اڑ جاتی ہے جب خوشبو تو گل بیکار ہوتا ہے  
۱۶۔ جب مشقت کریں تو سانس کے ساتھ "اقتد ہو" کا ورد کریں۔ یہ سب سے زیادہ ضروری ہے۔

قریباً ایسی ہی چیزیں اور پرہیز معمول کے لئے ضروری ہیں۔ معمول عورت ہو خواہ مرد۔ ان کی طبیعت اثر پذیر ہوتی چاہئے۔ جوانی کا آغاز ہو۔ حال کا حکم مانتے ہوں ادا اس سے خوف کھاتے ہوں اور روحانیت پر یقین رکھتے ہوں۔

اگر معمول کے بال سنہرے، رنگ گورا، عمر کم، آنکھیں نشیل، سٹڈ دل جسم او مجسم حسن ہو تو اس پر جلدی اثر ہوتا ہے۔ بے ادب، گستاخ، رنگ کا کالا، خدیا کینہ پرور، حاسد، مغرور، متعصب، جھگڑاؤ، روحانیت کو نہ ماننے والا معمول ٹھیک نہیں ہوتا اور یہ عامل کو بہت پریشان کرتا ہے۔

## چند اصطلاحات

عامل۔ عمل کرنے والا۔ عالم یا عامل جو اپنی قوت متفانیسی کا اثر دوسروں پر ڈالتا ہے۔

معمول۔ جس پر عمل کیا جائے۔

کوسٹل۔ بلور کا ایک صاف و شفاف پیکدار گولہ ہوتا ہے جو ابتدائی مشق اور بعض دوسری حالتوں میں عمل کے لئے کام آتا ہے۔

بحوا ہے۔ وہ غنودگی کا عالم جو عامل کی قوت جاذبہ سے معمول پر طاری ہوتا ہے۔ اور وہ حالت کثیف سے حالت لطیف میں چلا جاتا ہے اور غیب کی باتیں بتلاتا ہے۔ اس کے ذریعہ ہی معمول کو دور دراز سفر پر بھیجا جاتا ہے۔

## مستمر عمل نمبر ۱۔ مشق یکسوئی قلب

آرام گاہ میں کرسی، صوفیا یا پلنگ پر بڑے آرام کی حالت میں بیٹھ جاؤ۔ جسم کے تمام اعضا کو ڈھیلا چھوڑ دو۔ گویا ان میں جان باقی نہیں ہے۔ اب جب کہ تم کو جسم، دماغ، اور دل کا پورا پورا آرام و سکون حاصل ہے اور جب کہ تم بالکل سکون کی حالت میں کرشل کے عین بیچوں بیچ جو سفید نقطہ نظر آتا ہے اس کو اپنی نظر کا مرکز بناؤ۔ جہاں تک ممکن ہو آنکھ نہ جھپکو۔ ایک دو تین اور چوتھے



منٹ میں اسی محویت کی حالت میں تم پر غنودگی سی طاری ہونے لگے گی۔ گویا تمہارا دماغ نیم بے نعبری کی قبولیت پر آمادگی ظاہر کر رہا ہے۔

اسی حالت میں دلی ہی دل میں بار بار اگلے صفحہ پر درج شدہ طلسمی فقرات کو دہراؤ۔ کم از کم نصف گھنٹہ روزانہ اس مشق کو مکمل تنہائی میں جاری رکھو۔ اس سے تمہاری قوتِ ارادی، مقناطیس، صحت، کامیابی، تو نگری اور نورانی مسرت میں غیر معمولی اضافہ ہوگا۔ اب اپنی آنکھوں کو بند کر دو اور پھر ایک بار وہی الفاظ دہراؤ۔

ہر روز رات کو سونے سے پہلے بستر پر لیٹ کر یا بیٹھ کر کرٹل کی مشق کرو۔ جتنی کہ یہ الفاظ دہراتے ہوئے تم گہری غینہ میں ڈوب جاؤ۔ پھر صبح اٹھتے ہوئے تم اپنے آپ میں نمایاں تبدیلی محسوس کرو گے۔ روز بروز تمہارا دماغ عجیب و غریب نورانی شعاعوں کی آماجگاہ بننے لگے گا اور دل و دماغانی مسرتوں سے بریہ ہوگا۔ کرٹل کے عامل ہونے سے تمہاری آنکھوں میں غیر معمولی مقناطیس پیدا ہو جائے گی۔ تم ۵ فی صد لوگوں کو صرف نظر بھر کر دیکھ لینے سے اپنا گرویدہ بنا لیا کرو گے۔

کرٹل کی مشق کو ایک یا دو پڑھ ہفتہ تک جاری رکھنے سے تم حالت روشن ضمیری میں چلے جاؤ گے۔ جب یہ حالت ہو جائے تو کرٹل کی مشق بند کر دیں اور آئینہ سکندری پر عمل شروع کر دیں۔ آئینہ کی مشق بہت جلد مکمل ہو جاتی ہے

## طلسمی فقرات کو منٹلے

۱۔ میری قوتِ ارادی نہایت زوردار ہے۔ ۲۔ میں مجسم مقناطیس ہوں۔

۳۔ میں سراپا کامیابی ہوں۔ ۴۔ میں مجسم صحت ہوں۔

۵۔ مجھ میں مقناطیسی قوت کوٹ کوٹ کر بھری ہے۔

۶۔ میں مجسم دانائی ہوں۔

۷۔ مجھ کو اپنے اوپر پورا اقتدار حاصل ہے۔

۸۔ میں مجسم دلیر ہوں۔

۹۔ میں ستر یا خوش ہوں۔ میری روح لطیف ذات مطلق سے ملی ہوئی ہے۔

## عمل نمبر ۲۔ ضبط ذاتی

ہر وہ کام جو تم عمل کر کے معمول سے لوگے تمہاری قوت مقناطیس یا برقی حیات کو خارج کرتا ہے۔ لہذا تمہیں کوئی کام یا حرکت بغیر مطلب کے نہیں کرنا چاہئے۔ یہ ضروری ہے کہ پانچ دس منٹ تک چپ چاپ بے حس و حرکت بیٹھنے کی روزانہ عادت ڈالو۔ آنکھیں کھلی رکھو مگر جھپکنا نہیں۔ خیالات کو ایک ہی مرکز پر قائم کرو۔ اور دل میں ارادہ رکھو کہ تم منٹ تک بے جان جسم کی مانند بالکل خاموش رہو گے۔

شروع میں یہ عمل ذرا مشکل معلوم دے گا۔ لیکن مستقل مزاجی سے اس پر اٹکے



رہو گے تو یہ کوئی مشکل نہیں۔ اس کا فائدہ یہ ہے کہ تم کو بے فائدہ حرکات اور بیہودہ خیالات سے بچایا جائے۔

### عمل نمبر ۳۔ گوشہ نشینی

اگر اپنے آپ کو گوشہ نشینی کی عادت ڈالیں تو بہتر ہے۔ بیٹھ بھڑکے سے دور چلے جائیں۔ تنہائی میں بیٹھنے کی مشق کریں۔ یہ مشق اور عادت آپ کے دل کو مضبوط کر دے گی۔

کسی سناں جگہ پر چلے جاؤ بغیر کسی اضطراب کے تمہارا دل جب تک وہاں لگا رہے گا۔ تم سے رکھو یا جتنی دیر تک تم بغیر کسی گھبراہٹ کے گوشہ میں بیٹھ سکو۔ جب تم کافی دیر تک بیٹھنا سیکھ جاؤ تو درج ذیل مشق کریں۔  
پاک و صاف جگہ پر پالتی لگا کر بیٹھو۔ آنکھیں بند کر لو۔ اب سو تک گنتی شمار کرو۔ دوسرے دن سو سے اکت تک اٹھا دو کرو۔ آہستہ آہستہ ایک ہزار تک سیدھی پھر اسی گنتی کی مشق بڑھاؤ۔ اس بات کا خیال رہے کہ جس وقت تم گنتی کرو تمہارا خیال گنتی ہی کی طرف ہونا چاہئے۔ اس کا فائدہ یہ بھی ہے کہ دل ایک جگہ پڑک جائے گا عادی ہوگا اور خیالات ایک مرکز پر مرکب جایا کریں گے۔ گنتی دل ہی دل میں کرو۔ زبان اور ہونٹ ہلانے کی ضرورت نہیں۔

### عمل نمبر ۴۔ آنکھوں میں مقناطیسی قوت پیدا کرنا

نظر کو پختہ کرنے اور مقناطیس بڑھانے کا طریقہ اکثر مصنفوں نے بہت کم لکھا ہے اور اکثر اس طریقہ سے ناواقف لوگوں کو اس کی تکالیف ظاہر کر کے ڈراتے دھمکاتے رہے لیکن یہی چیز اور یہی مشق اس علم کی چابی ہے۔ اگر کوئی شخص اس مشق کو پورا کرے تو وہ مسمریزم کا عالی ہو جاتا ہے۔ عوام کے فائدے کے لئے نہایت مجرب اور مفید طریقہ یہاں پر درج کیا جاتا ہے آؤ تاکہ فائدہ اٹھائیں۔  
طریقہ ہیکہ :-

ایک کڑا کاغذ جس کا سائز ۱۲ × ۱۲ ہو لیں۔ اس کے صحن وسط میں روپے کے برابر سیاہ نشان لگائیں۔ اس طرح کہ سفیدی بالکل نظر نہ آئے۔

اب بوقت صبح ضروریات سے فارغ ہو کر کسی ایسے مکان میں جو کہ بالکل تنہا ہو اور جہاں کسی قسم کا شعور و غل سناں نہ دے اور جہاں توجہ کسی دوسری طرف نہ بدل سکے چلے جائیں اور اس کاغذ کو دیوار پر اس طرح آویزاں کرو کہ اگر تم نصف گز کے فاصلہ پر چوڑی مار کر بیٹھو تو تمہیں ذرا سی نظر اٹھا کر اس کی طرف دیکھنا پڑے۔ زیادہ اونچا لگانے سے گردن جلدی تھک جاتی ہے۔

اب تمام خیالات کو چھٹی دے کر قلب کو یکسو کر کے نشان کی طرف ٹھٹھکی باندھ کر دیکھو۔ یاد رہے کہ آنکھ نہ جھپکے، منہ کو بند رکھو اور سانس ناک کے ذریعہ



ہیں۔ اور ناک سے ہی آہستہ آہستہ باہر نکالیں۔ سانس اتنی آہستہ بھی نہ لیں کہ دم گھٹنے لگے۔ منٹ دو منٹ بعد آنکھوں سے پانی نکلتا شروع ہو گا۔ قدرے تکلیف بھی محسوس ہو گی لیکن مشق کرتے کرتے یہ تکلیف دور ہو جائے گی اور تم گھنٹوں تک چپکے بغیر دیکھ سکو گے۔ مشق کے دوران گرم اشیاء مثلاً گرم مصالحہ، مرغ مرتج، وال مسور، بیگنی، ہر قسم کا گوشت، پیاز، لہسن اور ترش چیزوں سے پرہیز کریں۔

یاد رکھیں! اس مشق سے آنکھوں کا نظر برابر اثر ہرگز نہیں پڑتا۔ بینائی کی رگ مضبوط ہوتی ہے۔ دماغ روشن ہو جاتا ہے طبیعت چست رہتی ہے۔ مشق کرتے وقت سیاہ نشان کٹی رنگ کا نظر آئے گا۔ پھر اس کے گرو سفید سی روشنی نظر آئے گی اور بعد ازاں یہ روشنی بڑھتی جائے گی یہاں تک کہ کل نشان روشنی ہو جائے گا۔ جب یہ نشان سفید ہو جاتا ہے تو بعض اشخاص کو چونک نیت اور پاک طینت ہوں نہایت حسین نظارے دکھائی دیتے ہیں بعض اشخاص کو اس نشان کے درمیان سفید بال کے ٹکڑے اڑتے دکھائی دیتے ہیں ایسے لوگ بھی بہت جلد کامیاب ہو جاتے ہیں۔

غرض کہ جب نشان بالکل سفید نظر آنے لگے تو یہ مشق ترک کر دو اور جان لو کہ اب نظر بچتے ہو گئی ہے اور نظر کی مقنا عیسیت بڑھ گئی ہے۔ پھر جس کی طرف نظر جاکر دیکھو گے اسی پر تمہارا رعب غالب آ جائے گا اور وہ تمہاری ہی مرضی

کے مطابق کام کرنے لگے گا۔ عمل کے وقت معمول پر بہت جلدی اثر پڑے گا۔ دوران مشق از گھنٹا یا سو جانا سخت مضر ہے۔ اگر نیند آئے تو مشق چھوڑ دو۔ جب سستی و ہوا کسی قسم کی گھبراہٹ، اونگھ اور غیظ نہ ہو تب مشق کرو۔ نظر کی مقنا طبعیت بڑھ جانا سے انسان میں ادویہ کے سے وصف پیدا ہو جاتے ہیں۔

اپنی مشق کو روزانہ بڑھاؤ اور کسی ناغہ نہ کرو کیونکہ ناغہ ہونا عمل کے لئے نقصان دہ ہے۔ ایک وقت مقرر کر دینی اگر آپ آٹھ بجے بیٹھے ہیں تو روزانہ اسی وقت بیٹھو۔ مشق اگر پہلے دن ایک منٹ کی ہے تو اس کو روزانہ بڑھاتے جاؤ۔ حامل بن جانے کے بعد بھی مشق کو نہ چھوڑو۔

پس اس عمل سے آنکھوں کی قوت مقناطیس کا اضافہ ہو گا۔ پھر وہ شخص جس کی طرف نظر جاکر چند لمحہ تک دیکھے گا اس پر اس کا رعب چھا جائے گا اور حال کی نیک و بد خواہش اور تاثیر کا اثر اسی پر پڑے گا۔

ہم پھر بتلاتے ہیں کہ اس سیاہ دماغ کی روزانہ مشق سے حامل کو جو سکون ملتا ہے وہ خود ہی اس کا اندازہ کرتا ہے۔ اس طریقہ میں اجتماع، خیالات، تصور، کیسوٹی قلب اور روحانی طاقت چاروں چیزیں موجود ہیں جس سے حامل خود مستفیض ہو سکتا ہے۔ پس روحانی طاقت حاصل کرنے اور قدرت ایزدی کے معنی راز جانتے کیلئے سب پہلے انہی آنکھوں کی قوت مضبوط کرنا ہے جس کی آمال ترکیب بتلا دی گئی ہے۔



## آنکھوں کو آرام دینے والا تجربہ

آنکھوں کی مشق سے اٹھ کر آنکھ اور منہ کو پانی سے دھو ڈالو۔ اگر عرق گلاب میں پسپی ہوئی ہلدی کی دو بوند آنکھ میں پکائی جائیں تو نظر کو آرام ملے گا اور وہ زیادہ کام کرنے کے قابل بن سکے گی۔ اگر کرٹل کی مشق میں بھی ایسا ہی کیا جائے تو مفید ہے۔

نوٹ: بشت کرتے وقت آنکھوں کو زیادہ مت کھولو۔ کیونکہ ایسا کرنے سے آنکھ جلدی تھک جاتی ہے۔

بعد از مشق: گلاب کے پھول، ہلدی، مٹھی، سونف، پسپی ہوئی سیاہ مرچ سب کو کوٹ پیس کر کپڑے سے چھان لیں۔ اس میں سے ۲ یا ۳ ماشہ سفوف اور ۲ تولہ سے ۵ تولہ تک گھی ملا کر حسب ضرورت مصری ملا لیں۔ مشق کے بعد دو چار انگلیاں چاٹ لیں۔ مشق کے دنوں میں گھی زیادہ کھائیں کیونکہ یہ معتدلی کے لئے بے حد مفید ہے۔

## عمل نمبر ۵۔ آئینہ سکندری

جب آنکھوں کی مشق میں کامیابی ہو جائے تو پھر آئینہ پر نظر جمادو۔ طریقہ حسب ذیل ہے:-

ایک بڑا شیشہ بنوا کر اسے دیوار کے ساتھ کھڑا کر دیں اور اس کے سامنے بیٹھ کر صبح و شام نظر کو جما کر اس شیشہ کی طرف دیکھیں۔ پلک ہرگز نہ جھپکے۔ ہر روز کم از کم پانچ منٹ تک مشق کرو۔ پھر آہستہ آہستہ بڑھاتے جاؤ یا پہلے ہفتہ ۵ منٹ، دوسرے ہفتہ ۷ منٹ پھر ۱۵، ۲۰ منٹ تک بڑھا دو۔ پھر اس کے بعد گھنٹے تک۔

آنکھوں سے صرف پانی نکلنے کی تکلیف ہوگی اور کسی قسم کی تکلیف یا نقصان نہیں ہوگا۔ اس طریقہ سے نظر بختہ، زرد دار ہوگی اور مقناطیسی قوت زیادہ بڑھے گی۔ شیشہ میں اپنے عکس کے ناک کی نوک پر یا ماتھے پر آنکھوں کے بیچ نظر جمائیں۔

## عمل نمبر ۶۔ تصور

تصور بہت طرح کا ہوتا ہے مگر تصور کے دو مقام ہیں۔ آنکھیں اور دل۔ جن میں یہ ظاہر و پوشیدہ رہتا ہے۔ اس لئے اس کی قسمیں بھی دو ہی ہیں یعنی تصور اندرونی اور تصور بیرونی۔

لیکن جب تک تصور بیرونی نہ ہو تب تک اندرونی تصور نہیں ہو سکتا کیونکہ جب تک ہم کسی چیز کا مشاہدہ نہیں کرتے تب تک ذہن اس کو قبول نہیں کرتا۔ ہاں بعض اوقات سنی سنائی باتوں کا خیال ضرور ہو جاتا ہے لیکن ان کو دیکھے بغیر ان کو



تصور میں لانا ممکن نہیں۔ پس ظاہری تصور آنکھوں میں سما یا رہتا ہے اور اگر وہ تصور سچا اور دل سے کیا گیا ہے تو ظاہری آنکھوں سے نکل کر باطنی آنکھوں کے پردے میں جا کر ایک روشنی پیدا کر دیتا ہے اور ہم اس روشنی میں اپنے مطلوب کی مجسم صورت دیکھتے ہیں۔ اس کی حرکات و سکنات پر عادی ہوتے ہیں۔ اور اس روشنی میں قدرتِ ایزدی کے دلچسپ راز کا نظارہ کرتے ہیں۔ پس جب تک ظاہری تصور نہ ہو باطنی تصور ہونا مشکل ہے۔

اکثر عالموں نے اس کے برخلاف پیشتر ہی باطنی تصور کے لئے ہدایت کی ہے مگر میں پھر بھی کہوں گا کہ یہ تصور دوسری منزل ہے۔ اس میں کلام نہیں کہ جن لوگوں کے دل قدرت سے پاک اور صاف ہیں وہ اس منزل پر پہنچ جاتے ہیں لیکن پھر بھی جب تک انہوں نے کسی چیز کی شکل نہ دیکھی ہو وہ ہرگز اس کو تصور میں نہیں لاسکتے۔ ایک عالم سے جب ایک دفعہ تصور کے متعلق ذکر آیا تو انہوں نے فرمایا ظاہری تصور تو ایک ضروری چیز ہے لیکن باطنی تصور افضل ہے۔ مثال کے طور پر ایک چیز ہم نے دیکھی نہیں بلکہ اس کے متعلق بار بار دفعہ ہم سن چکے ہیں کہ اس چیز کا رنگ اور شکل یہ ہے تو پس یہ ہمارا ظاہری تصور ہو گیا۔ اب ہم نے اس چیز کو دیکھنا ہے لیکن اس تک ہماری رسائی نہیں ہے تو اس وقت ہم باطنی تصور سے کام لیں گے۔ اس کی آسان ترکیب یہ ہے کہ رات کو جب سونے لگو تو آپ کی چار پائی کا سرانہ شمال کی طرف ہو۔ آنکھیں بند کر کے اس چیز کا تصور کرو۔ اس کا رنگ شکل

لبائی، چوڑائی سب آنکھوں کے سامنے لانے کی کوشش کرو۔ اسی خیال میں سو جاؤ کم از کم ایک ہفتہ اس کی مشق کریں۔ منواتر سات ہفتے یہ مشق جاری رکھیں۔ شروع شروع میں یہ چیز خواب میں دھندلی نظر آئے گی۔ پھر بالکل صاف نظر آنے لگے گی۔ اس کے بعد آپ جب بھی کسی چیز کا تصور کریں گے فوراً آپ کے سامنے آ جائے گی۔

پس جب مشق کامل ہو جائے تو نصف شب کے وقت چٹ لیٹ کر ماتر میں ایک چھڑی لے لو۔ اب کسی ایسی چیز کا تصور کرو جو چھڑی مارنے سے آواز دے۔ اس کے خاکے کے سوا تمہارے ذہن میں کوئی اور خیال نہ آئے جس وقت وہ چیز مجسم سامنے آ جائے اور آپ کو یقین ہو جائے کہ وہ چیز آپ کے سامنے ہے تو وہ چھڑی اس کو مار دو۔ تمہارے تصور کی طاقت سے اس وقت تمہارے کانوں میں بلکہ آس پاس کے لوگوں کو بھی اس کی آواز سنائی دے گی۔ پس اس وقت جان لو کہ تمہارا تصور اصلی حد تک پہنچ گیا ہے۔

اس مشق اور تجربے کے بعد تم جس چیز کا تصور کر کے اسے سامنے لا کر جو حرکت خیالی کرو گے اس کا اثر اس پر ضرور ہوگا۔ اس ترکیب پر عمل کرنے سے صاف معلوم ہوتا ہے کہ سب سے پہلے ظاہری تصور ضروری ہے کیونکہ جس چیز کو آنکھوں سے دیکھا نہیں جاتا وہ کسی طرح بھی تصور میں نہیں آسکتی۔ ظاہری تصور کے اس عمل کا کرنا خواہش پر مبنی ہے اور خواہش دل میں پیدا ہوتی ہے۔ پس اس



خواہش کی شکل کو ہم نے دیکھنا ہے اور وہ اسی طرح دیکھی جاسکتی ہے کہ ہم تصور کریں اور تصور کے لئے ذہن کو دوسرے خیالات سے پاک کر دیں۔

## عمل نمبر ۷۔ قوتِ ارادی

جبے عامل اپنی ابتدائی مشق میں کامیاب ہو جائے اور آنکھوں میں قوتِ متغاطیس پیدا ہو جائے تو پھر اس کو مختلف اشیاء پر تجربہ کر کے اپنی محنت کا نتیجہ دیکھنا چاہئے تاکہ اس کے دل کو یقین ہو جائے کہ درحقیقت میری محنت کا ثمرہ درست نکلا۔

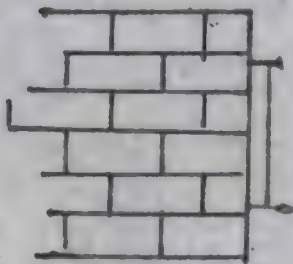
اول مٹی کے دو پیالے لے کر ایک ہی وقت دونوں میں جو کے دانے بودیجئے جب ان کے پودے ایک انچ کے قریب ہو جائیں تو دونوں پیالوں پر الفے اور بے کے نشان لگا دیجئے۔ اب صبح کے وقت روزانہ ایک ہی وقت پر الفے کو دائیں اور بے کو بائیں جانب بالمقابل دونوں کو قریب قریب رکھ کر دونوں پر بلاناغہ اس طرح عمل کرو۔

پیالہ الفے پر خوب نظر جماؤ اور قوتِ ارادی کو ان پر اس طرح ڈالو۔ الفے کی نسبت تصور کرو اور دل میں دہراؤ۔ اس کے پودے بڑھ رہے ہیں۔ اب بے کی نسبت تصور کرو۔ اس کے پودے چھوٹے ہو رہے ہیں۔ ہر روز پندرہ بیس منٹ تک یہ عمل کر کے دونوں پیالوں کو محفوظ جگہ رکھو

پس کچھ دن بعد آپ دیکھیں گے کہ الفے کے پودے بے کی نسبت بڑے ہوں گے عمل کے وقت اس بات کا دھیان رکھیں کہ پودا الفے دائیں طرف رہے اور بے بائیں طرف۔

## عمل نمبر ۸۔ قوتِ ارادی کی ترکیبِ عمل

یہ ایک نادر عمل ہے۔ اس کے کرنے کی ترکیب یہ ہے۔ ایک باریک سوئی لوار اس کے درمیان ایک دھاگہ اس طرح باندھو کہ جب اس کو اٹھایا جائے تو نواز کی مانند اس کا وزن دونوں طرف برابر ہو۔ اب اس کو ایک تنہا کمرہ کی دیوار کے ساتھ کیل گاڑ کر باندھ دیں۔ یاد رہے کہ اس کمرہ میں ہوا کا گزر نہ ہو اور ٹنگی جھٹی دیوار کے ساتھ نہ لگے۔ جیسا کہ تصویر سے ظاہر ہے۔



اب تم اس سوئی کے مقابل دو زانو ہو کر بیٹھ جاؤ۔ سانس اس طرح لو کہ سوئی نہ ہلے۔ اب دائیں ہاتھ کی انگلیاں اکٹھی کر کے سوئی کے قریب لے جاؤ۔ احتیاط

رکھو کہ انگلیاں ساتھ نہ لگیں۔ اب تم آہستہ آہستہ اپنے ہاتھ کو پیچھے ہٹاتے آؤ۔ دل میں ارادے کو پکا کرو کہ سوئی انگلیوں کی طرف کھینچی آرہی ہے۔ روزانہ ایک گھنٹہ تک اس طرح مشق کرو۔ ایک ہفتہ بعد اس سے بھی پیشتر ایسا ہو گا کہ سوئی



آپ کے ہاتھ کے ساتھ ساتھ کچھ چلی آئے گی۔ اسی طرح ہاتھ کو جب سوئی کی طرف  
لے جاؤ گے تو سوئی پیچھے چلی جائے گی۔

## عمل نمبر ۹۔ قوت خیالی کا شعبہ

یہ بھی ایک عجیب شعبہ ہے جس کی ترکیب یہ ہے۔ چاندی کے ایک روپیہ کو  
کنڈہ لگائیں۔ اس کنڈے میں سیاہ ریشم کا آدھ گز لمبا ڈورا باندھ لو۔ پھر کپڑے  
کا ایک گلاس میز پر رکھو اور اپنی کہنی میز پر ٹکاکر ڈوری کا سہرا اپنے ہاتھ میں  
پکڑ کر روپیہ کو گلاس میں اسی طرح ٹکادو کہ روپیہ گلاس کے پینڈے میں نہ لگے اور  
نہ ہی گلاس کی دیواروں کو چھوئے بلکہ عین درمیان میں رہے۔ اس وقت تم ذہن  
میں سوال کرو گے کہ اس وقت کتنے بجے ہوں گے۔ پس اسی طرح چند روز خیال  
کرنے سے کہ اب کیا بجا ہو گا۔ ٹھیک اتنی دور روپیہ گلاس سے ٹکرائے گا جب  
یہ مشق مکمل ہو جائے تو پھر جب چاہو وقت کا پتہ کر دو۔ تصویر اگلے صفحہ پر دیکھیں۔

یاد رکھیے ہمسریہ میکنے کے خواہش مندوں سے ہماری عرف ہے کہ وہ  
جب تک ایک مشق کو مکمل نہ کر لیں دوسری شروع نہ کریں۔ جب تک ایک بات پوری  
نہ پوری نہ ہو تب تک دوسری کرنے سے کوئی فائدہ نہیں البتہ اس طرح پہلی بات  
مکمل ہو جائی کرتی ہے۔ یہ کوئی سکول کا سبق نہیں جو کبھی کبھی ادھورا بھی پڑھ لیا جائے  
تو فرق نہیں پڑتا۔ یہ علم عمل ہے اس میں آپ کو سو فی صد کامیاب ہونا ہے اور یہ

جیسی ہو گا کہ آپ سبق کو یاد رکھ کر عملی طور پر کامیاب ہوں گے۔ لہذا ایک تجربے  
کے بعد دوسرا شروع کریں۔



## عمل نمبر ۱۰۔ چاند کی مشق

ترکیب صرف اسی قدر ہے کہ رات کو جب چاند نکلے تو کسی تنہا مقام پر  
بیٹھ کر آئینہ کی طرح چاند پر نظر جماؤ۔ جب نظر جم رہی ہو تو دل کی تمام قوتوں  
کو اسی مرکز پر لگا دو اور اسی پر غور کرو۔ ایک سیکنڈ کے لئے بھی نظر اور خیال  
دوسری طرف نہ جائے۔ اگر پچھلی مشق میں آپ کامیاب ہیں تو آپ کا دل اور آپ  
کی نظر اپنے آپ چاند پر جم جائے گی۔ اگر ذرا لمبی ہٹے تو آپ زبردستی چاند کی جانب  
اسے راغب کریں۔



اس مشق کا وقت مقرر نہیں ہو سکتا۔ کیونکہ چاند کبھی وقت پر نہیں نکلتا۔ گزشتہ مشقوں میں آپ کا دل ایک مقررہ وقت پر ایک ہی جگہ رہنا سیکھ چکا ہو گا۔ اب اسے جب اور جہاں چاہیں لگانے کے لئے وقت بے وقت کی ضرورت ہے۔ لہذا چاند کی مشق اس مقصد کے لئے نہایت موزوں ہے۔ زبردستی دل و نظر کو ایک جگہ چنے سے یہ فائدہ ہو سکتا ہے کہ آپ جب چاہیں اپنے دل اور اپنی نظر کو کسی جگہ پر چنے کے لئے مجبور کر سکتے ہیں۔

## مشق مکمل ہونے کی پہچان

اگر چاند پر کبھی بے وقت مشق کی جائے اور اسی وقت دل اور نظر کو اس پر جمایا جائے (زبردستی نہ جمانا پڑے) اور مشق کو خود بخود دل چاہے نہیں کال ہو جائے چاند میں عجیب و غریب متاثر دکھائی دینے لگیں تو سمجھیں کہ مشق مکمل ہو گئی ہے۔ ایک اور طریقہ

اس مشق کے پورے طور پر تکمیل پا جانے کی ایک اور اچھی پہچان یہ ہے کہ جس رات چاند طلوع نہ ہوا ہو اس رات کو اپنی آنکھوں کو بند کر کے چاند کا تصور باندھیے اور دل کو پوری قوت سے اس کی طرف مائل کیجئے۔ چاند نظر آنے لگے گا۔ اس وقت جب کہ اندھیری رات ہو تب بھی چاند نظر آتا ہے۔ یہاں تک کہ دن میں بھی اگر تصور باندھو تو چاند نظر آنے لگے گا۔

مشق مکمل ہونے پر عامل کو اپنی کامیابی دیکھ کر روحانی مسرت حاصل ہوگی۔ اس عمل کے پورا ہو جانے کے بعد ایک انوکھی طاقت کا ظہور ہوتا ہے اور بڑے بڑے عجیب کام کرنے کے قابل ہو جاتا ہے۔ مگر چہ ابھی مسمریزم کی دوفی حد مشق بھی نہیں ہوتی مگر اس قدر مشق ہی سے آدمی کے اندر تعجب خیز طاقت پیدا ہو جاتی ہے جس کو ہم تحریر میں نہیں لاسکتے۔

## عمل نمبر ۱۱۔ سورج کی مشق

یہ مشق رات کو کرنی چاہئے۔ مشق کرتے وقت پیٹ بھرا ہوا نہ ہو، خالی بھی نہ ہو یعنی تھوک پیاس سے الگ رہ کر آپ کا دل صاف اور خوشی و خوشی کی حالت میں ہو تو اس عمل کو شروع کرنا چاہئے۔ گوشہ نشینی پاک و صاف کمرہ میں جہاں ہمیشہ تاریکی ہو اور روشنی بالکل نہ ہو، اس عمل کو کریں۔ ترکیب یہ ہے۔

اپنے منہ پر سرخ یا سیاہ کپڑا ڈال کر آنکھوں کو بند کر کے اپنے دل میں جھانکو۔ تب اپنے دل کی پوری طاقت کو سورج دیکھنے کے تصور میں لگا دو یعنی دل میں طاقت و خواہش پیدا کرو۔ ”مجھے آفتاب نظر آ جائے۔“

جب آنکھوں کو تکلیف ہونے لگے اور کپڑے کی وجہ سے دم گھٹنے لگے تو کپڑا اتار کر آنکھوں کو کھول دو۔ تھوڑا آرام کر کے پھر مشق کو شروع کر دو۔ ابتدا میں مشق ۱۵ منٹ تک کرنی چاہئے۔ آرام کرنے کے بعد پھر اس عمل کی



مشتق کرو۔ اسی طرح آرام لے کر ۵ یا ۴ منٹ تک مشتق کرنی چاہئے۔ دو چار دن کی صبح طور پر مشتق کے بعد پہلے آپ کو سیاہ رنگ کے چھوٹے چھوٹے دھبے دکھائی دیں گے۔ پھر آہستہ آہستہ وہ سیاہی روشنی میں تبدیل ہو جائے گی۔ دل میں خواہش کو تیز اور یقین کو پختہ رکھو۔

ستھوڑے دنوں کے بعد ایسی زبردست روشنی نظر آنے لگے گی جیسا کہ طلوع آفتاب کے وقت ہوتی ہے۔ پہلے پہل یہ روشنی کچھ دیر نظر آئے گی پھر اندھیرا ہو جائے گا۔ لیکن آہستہ آہستہ مشتق زیادہ کرنے سے یہ روشنی ساکن ہو جائے گی۔

حالت سکون میں جب پوری پوری روشنی آفتاب کے مقابل نظر آئے گی، تو آپ کی نظر زیادہ دیر تک اس کو نہ دیکھ سکے گی۔ جب آنکھ اس روشنی کو برداشت نہ کر سکے تو کپڑا اٹھا کر آنکھیں کھول دو۔ اور کچھ دیر بعد منہ دھو کر اور دودھ پی کر سو رہو۔ اس مشتق کے بعد جاگنا، گفتگو کرنا، چلنا پھرنا سخت منع ہے کیونکہ جب دل ساکن ہو جائے تو پھر اس سے حرکت دینے کے عمل کو ہرگز نہ کرنا اس سے آگے کی مشتق میں رکاوٹ پیدا ہو جائے گی۔ یہ بھی یاد رکھیں کہ دو چار دن کی مشتق کرنے سے آفتاب اگر دکھائی نہ دے تو مایوس مت ہوں بلکہ مشتق کو جاری رکھیں اور یقین کو پختہ کریں۔

اس مشتق کے فائدے: اس مشتق سے آنکھوں کو معمولی سافقت

تو پہنچتا ہے لیکن قوت روحانی بہت زیادہ ہو جاتی ہے۔ چاند کی مشتق سے آنکھوں کی روشنی تیز ہو جاتی ہے اور دل ایک سچا سرور محسوس کرتا ہے۔ آفتاب کے نظر آنے سے عقل تیز اور درست ہو کر دنیا کے باریک ترین حالات جاننے کے قابل بن جاتی ہے۔ اس مشتق میں کامیاب ہونے سے آدمی کی عقل میں بہت سی پوشیدہ و پیچیدہ باتیں جاننے کی صلاحیت پیدا ہو جاتی ہے۔ آدمی روشن ضمیر اور غیر معمولی عقلمند ہو جاتا ہے اور اس کی قرینا ہر خواہش پوری ہو جاتی ہے۔

میرے تجربے: جب کہ میں ابھی مشتق کر رہا تھا۔ ایک بوڑھا سیٹھ تیار ہوا آیا اور کہنے لگا کہ میرا پندرہ سال کا اکھوتا لڑکا ناراض ہو کر گھر سے بھاگ گیا ہے۔ بڑھاپے میں تیسری شادی سے یہی ایک بچہ ہے۔ وہ بھی چلا گیا۔ اس کی والدہ نے تو صبح سے اسی کے غم میں کچھ کھایا یا بھی نہیں۔ بابو جی دو چار بجے تار دے کر خبر منگوائے خرچ میں دوں گا۔ یہ کہہ کر وہ رونے لگا۔ اس نے اپنے تین چار رشتہ داروں کے پتے لکھوائے میں نے تار لکھ کر اس کو دے دیئے۔

اس کے چلے جانے کے بعد میں ہاتھ پر دھو کر اپنے اس کمرے میں گیا جس میں بیٹھ کر میں عمل کیا کرتا تھا۔ وہاں بیٹھ کر میں نے قاعدہ کے مطابق عمل کیا اور روحانی قوت اس بات پر لگا دی کہ تمام دنیا مجھے نظر آرہی ہے۔ میں جانتا چاہتا ہوں کہ اس سیٹھ کا لڑکا اس وقت کہاں ہے؟ مجھے اپنے خیال میں بھی نظر آیا کہ شہر سے ۵ میل دور ایک ایسے کنڈ میں گرا پڑا ہے جس میں پانی بالکل نہیں



اور زیادہ گہرا بھی نہیں۔ مگر اس میں گور کوئی اپنے آپ باہر نہیں نکل سکتا تھا۔ پڑنا کنواں تھا اور یہ نہیں بھرتے بھرتے ایک گڑھا سا رہ گیا ہے۔

ورنل یہ جگہ میری دیکھی ہوئی تھی۔ میں نے خیال کو ہٹا کر اسی وقت بڑھے سیٹھ کو بلایا اور اپنا اندازہ بتلایا۔ سیٹھ کے پاس گھوڑا تھا وہ اسی وقت چلنے کو تیار ہو گیا۔ میں بھی اپنے گھوڑے پر سوار ہو کر اپنی مشق کا نتیجہ دیکھنے کی غرض سے سیٹھ کے ساتھ چلا۔ دونوں کو بھی ساتھ لے لئے۔

قریباً ڈیڑھ گھنٹہ میں ہم وہاں پہنچے۔ اس وقت دو پہر کا حال رہی تھی۔ دیکھا تو لوٹ کا کنوئیں میں بے ہوش پڑا ہوا ہے۔ مجھے اپنی اس کامیابی پر بڑی خوشی ہوئی۔ بوڑھا سیٹھ بھی بہت خوش ہوا لیکن پھر لوٹ کے کو مرہ سمجھ کر رونے لگا اور منج میں چھاتی پٹیتا ہوا خود بھی اس گڑھے میں پھسل گیا۔ آخر دونوں کی مدد سے پاس کے گاؤں سے آدمی بلا کر ان دونوں کو نکالا۔

علاج ہونے پر لوٹ کا بچ گیا اور اس نے بتایا کہ کچھ آدمیوں نے مجھے اٹھایا اور جنگل میں لے گئے۔ میری گردن میں سے سونے کی زنجیر اور کانوں سے ٹرکی اتار کر مجھے کنوئیں میں دھکیل دیا۔

۲۔ میرے ایک دوست میرے پاس آئے اور کہا کہ حال ہی میں میں میرے کی ایک انگوٹھی ممبئی سے لایا تھا۔ کل میں نے اتار کر اپنی عورت کو دی۔ اس نے نہ معلوم کہاں کھو دی۔ گھر سے باہر تو گئی نہیں لیکن گھر میں بھی سب جگہ دیکھی

بھال کر لی۔ اب ملنے کی امید نہیں۔ ممکن ہے کسی ملازم کے ماتھے آگئی ہو۔ کئی ملازم ہیں کس کو سزا دل اور کس پر شبہ کروں۔ آپ نے پہلے بھی کئی باتیں بتائیں جو سچ ثابت ہوئیں۔ میں اسی امید پر آپ کے پاس آیا ہوں کہ آپ مہربانی فرما کر حساب لگائیں اور دیکھیں کہ انگوٹھی اس وقت کہاں ہے۔ وہ مل بھی سکتی ہے یا نہیں؟

میں ان کو جھٹک میں بٹھا کر اپنے عمل کرنے والے کمرے میں گیا اور ایک سوئی قتب ہو کر دھیمان کیا۔ میرے دل میں آرزو ہوئی کہ انگوٹھی عورت کے دوپٹے میں بندھی ہے اور دوپٹہ اس نے سوٹ کیس میں سنبھال دیا ہے۔ میں نے آکر وہی آواز اپنے دوست کو سنائی۔ اس نے جا کر تلاش کی تو انگوٹھی اُسے مل گئی اور اس نے دو سو روپے کا رنیک میں لگا دیئے۔

یہ اور ایسے بہت سے تجربات مجھے ہو چکے ہیں لیکن میں نے یہی دیکھا ہے کہ اس کام میں ترقی جب ہی نہیں ہے کہ انسان ہمیشہ سچ بولے کسی بھی جاندار کو بلاوجہ نہ ستائے۔ پُر سے خیالات کو اپنے ذہن میں جگہ نہ دے ورنہ ایک بھی عمل مکمل نہیں ہو پاتا۔

## عمل نمبر ۱۲۔ آئینہ کے ذریعے دوسروں کو بس میں کرنا

ایکے بڑا آئینہ جو جس میں پورا سر اور چھاتی تک نظر آئے۔ اس میں اپنی آنکھ کی پتیلی پر نظر جماد اور ایک سو ہو کر توجہ کر کہ تمہاری قوت متفطیس آنکھوں سے نکل کر عکس



کی پتلی کے ذریعے عکس کے دل و دماغ پر اثر کر رہی ہے اور وہ ابھی میرے قابو میں ہوا چاہتا ہے۔ ہر روز نصف گھنٹہ یہ مشق کرو۔

اگر پہلے روز کا نصف گھنٹہ تکلیف دہ ہو تو وہ منٹ سے بڑھانا شروع کریں۔ آنکھ نہ جھپکے جب تمہاری آنکھوں میں اس قدر طاقت ہو جائے کہ تم وہ منٹ بلا آنکھ جھپکے ٹھیک باندھ کر دیکھ سکو اور تمہارا دم مقابل تم سے آنکھ نہیں ملا سکتا تو سمجھ لو ٹھیک ہے۔ جب بھی تم کسی کی طرف نظر بھر کر دیکھو گے، وہ تمہارے بس میں ہو کر تمہارے اشاروں پر ناپے گا۔ ہر مشق کے دوران غلامکی رو دھیم اور کم کھائیں۔ کیونکہ کم کھانے سے بدن میں سستی نہیں آتی اور ذہن و دل پر بوجھ محسوس نہیں ہوتا۔

### عمل نمبر ۱۲۔ روشنی ضمیری سے تمام مشقوں میں کامیابی

ایکے بڑے آئینہ خرید لیں جس میں گردن تک چہرہ نظر آئے۔ اس میں دیکھنا شروع کرو۔ عکس کی بائیں آنکھ کی پتلی کو نظر کا مرکز بناؤ اور دیکھو اسے قلب ہو کر توجہ کرو کہ تمہاری مقناطیس آنکھوں سے نکل کر عکس پتلی کے ذریعہ اس کے دل و دماغ پر اثر کر رہی ہے اور وہ ابھی ابھی بے ہوش ہوا چاہتا ہے۔ ہر روز نصف گھنٹہ تک یہ مشق کرو۔

بعض حامل دس یوم میں اور بعض حامل ۱۵ یا ۲۰ یوم میں حالت روشنی ضمیری

میں چلے جاتے ہیں۔ اپنے گھر میں سب کو تاکید کر دیں کہ حالت بے خبری میں کوئی آپ کو نہ جگا سکے کیونکہ اس عمل میں خود بخود جاگنا بہت مفید ہے اور یہی تجربہ میں آیا ہے۔

نوٹ: اس عمل کے لئے معمولی طور پر تنہائی کی ضرورت ہے۔ اپنے مکان میں ایک علیحدہ جگہ اس کام کے لئے منتخب کرو۔ سرد تر اشیاء مثلاً مکھن دودھ زیادہ استعمال کریں۔ کیونکہ ان دنوں گرمی منگی بڑھ جاتی ہے۔ گرم، خشک، نشہ آور تیل والی، ترش اشیاء اور گوشت سے پرہیز کریں کیونکہ یہ چیزیں خون میں احتراک پیدا کرتی ہیں اور اس عمل میں سکون کی بے حد ضرورت ہے۔

جب آپ اس عمل میں کامیاب ہو جائیں یعنی خود بخود روشنی ضمیری ہو جائے تو آپ کے لئے تمام مشقیں آجائیں گی اور دنیا کے ہر کام میں کامیابی حاصل کرنے کے قابل ہو جائیں گے۔

اس کے بعد آنکھ سے کام لینے کا جو طریقہ ہم لکھ رہے ہیں وہ نہایت معمولی اور مجرب ہے۔ شائقین اس سے بہت فائدہ حاصل کر سکتے ہیں۔

### عمل نمبر ۱۳۔ بیفائدہ حرکات اور فحش خیالات سے بچنے کی مشق

روزانہ رات کو سوتے وقت کسی اندھیرے کمرے میں چلے جاؤ اور اپنے بستر پر



چپ چاپ مہ منٹ سے ۱۰ منٹ تک آرام سے بیٹھنے کی روزانہ عادت ڈالو مگر جسم کے کسی حصہ کو حرکت نہ دو۔ آنکھیں کھلی رکھو اور جھپکے نہیں دوران مشق اپنے خیالات کو ایک نکتہ پر قائم کرو اور اپنے دل میں یہ جملہ بار بار دہراتے جاؤ۔

مجھ کو اپنے حواس پر پورا پورا قابو حاصل ہے۔

مہ منٹ سے ۱۰ منٹ تک دل ہی دل میں دہراؤ۔ اس فقرہ کے علاوہ کوئی بات دل میں نہ گزرے اور زبان بھی بالکل نہ ہلے۔ شروع شروع میں یہ عمل ذرا مشکل نظر آئے گا لیکن آہستہ آہستہ اس مشق میں آپ کامیاب ہو جائیں گے مستقل مزاجی سے ڈٹے رہو۔ اس عمل سے آپ کو بہت سی حرکات اور فضول خیالات سے بچنے کی عادت ہو جائے گی اور آپ شر کو مطیع کرنے کے قابل ہو جائیں گے۔ دیے بھی ایسے عامل کو برے خیالات، کمینہ، بغض، حسد، سے پرہیز کرنا چاہیے

## عمل نمبر ۱۰۔ تصوراتی عمل

تصور کے عملیات میں کامیابی حاصل کرنے کے لئے سب سے پہلے جب آپ مشق نمبر ۱۲ و ۱۳ میں کامیابی حاصل کر چکے تو مندرجہ ذیل تین عملیات کا تجربہ کرو۔ ایک شخص کے پیچھے کھڑے ہو جاؤ اور اس کی گردن کے پیچھے حصہ پر خوب اچھی طرح ٹکلی لگاؤ اور اپنے دل میں خوب مضبوط ارادہ کرو کہ وہ شخص مڑ کر تمہاری طرف دیکھے۔ ایسا کرنے سے وہ شخص ضرور آپ کی طرف دیکھے گا۔

۲۔ اپنی آنکھوں کو بند کر لو اور اپنے کسی دوست رشتہ دار کا خیالی نقشہ اپنی آنکھوں میں جاؤ۔ جب بالکل صاف دکھائی دے لے گے تو آپ اسے تمکناہ لہجہ میں حکم دیں کہ وہ فلاں وقت میں تم سے ملے۔ یا آپ کا فلاں کام کرے۔ ایسا کرنے سے وہ ضرور آپ کا حکم بجالائے گا۔ آپ کی حسب نشا کام سرانجام دے گا۔

۲۔ زمین کے اوپر ایک بڑا سا گول دائرہ باندھو۔ اس کے اندر کسی کپڑے کوٹے کو چھوڑ دو۔ اب آپ اس ٹکلی باندھو اور تصور کرو۔ دل میں مضبوط ارادہ رکھو کہ یہ کپڑا دائرہ سے باہر نہیں جائے گا۔ اگر آپ کا ارادہ مضبوط ہے تو ایسا کرنے سے یقیناً وہ کپڑا چکر سے باہر نہیں جائے گا۔

اب آپ کے لئے تصور کے ذریعہ دوسروں کو بس میں کرنے کا طریقہ لکھا جاتا ہے۔ علی الصبح جب آپ خواب راحت سے اٹھیں تو اپنے بستر پر چوڑی مار کر بیٹھ جاؤ اور اپنی آنکھوں کو بند کر لو۔ اب اپنے دل میں آسمان کا تصور باندھو مگر باتم ہو بہو نیلے رنگ کا آسمان اپنی آنکھوں سے دیکھ رہے ہو۔ پندرہ منٹ تک خوب مضبوطی سے یہ تصور جاری ہے۔ صبح شام دونوں وقت برابر دن تک یہ عمل کرو پھر گیارہویں دن بجائے آسمان کے کسی ایسے آدمی کا تصور دل میں جاؤ جس کو تم اپنے بس میں کرنا چاہتے ہو۔ اس کا ناک نقشہ اچھی طرح سامنے لاؤ۔ بالآخر آپ کو ایسا معلوم ہوگا جیسے وہ مجسم آپ کے سامنے کھڑا ہے۔ پھر آپ اسے جو حکم دیں گے حقیقت میں وہی کرے گا۔



جب یہ حالت ہو جائے کہ آنکھیں بند کر کے جسے چاہے تصور میں دیکھو تو  
عمل پورا ہے۔ یہ ایک بہت ہی زبردست عمل ہے۔ اس سے آپ کی قوت مقناطیسی  
ایک سے ہزار گنا ترقی کر جائے گی۔ جس سے آپ عجیب و غریب اور عقل کو حیران  
کر دینے والے کام کرنے لگیں گے اور ہر شخص کو اپنا مطیع و فرمانبردار بنا کر اس سے  
اپنا کام نکلوا سکیں گے۔ اسی علم و عمل سے آپ اپنے آباد و اجلا کی رُوحوں کو بلا کر  
ان سے بات چیت کر سکتے ہیں۔

### عمل نمبر ۱۶۔ گھڑے کو منخرک کرنا

گھر میں ایک اکڑہ جہاں کسی قسم کے شور و غوغا کی آواز سنائی نہ دے منتخب  
کر کے مٹی کے ایک گھڑے کو میز پر رکھو اور اپنا منہ جنوب کی جانب کر کے پاس  
رکھی ہوئی کرسی پر اس طریق پر بیٹھ جاؤ کہ تمہارے دونوں ہاتھ آسانی سے گھڑے  
پر رکھے جا سکیں۔ دائیں ہاتھ کا انگوٹھا بائیں ہاتھ کی پشت پر ہے اور دونوں  
ہاتھ گھڑے سے چھوئے رہیں۔ اس پر کسی طرح کا دباؤ نہ پڑے۔ پھر یہ خیال کرنا  
شروع کرو کہ تمہارے ہاتھ سے قوت مقناطیسی نکل کر گھڑے میں جمع ہو رہی ہے  
۱۵ منٹ تک اسی میں محو رہو۔ چند منٹ کے بعد تم محسوس کرو گے کہ تمہاری  
آنکھوں کی پوروں سے سچ مچ کوئی طاقت نکل رہی ہے۔ پھر وہ منٹ بعد حسب  
ذیل طریق سے ایسا شروع کرو۔

۱۔ میری قوت مقناطیسی آنکھوں سے نکل نکل کر گھڑے میں جمع ہو رہی ہے۔  
۲۔ دائیں سے بائیں جانب اس میں ابھی حرکت ہوا چاہتی ہے۔  
۳۔ گھڑا اب ہلا کہ ہلا کہ کم از کم نصف گھنٹہ تک یہ ایسا کرتے جاؤ۔  
اس کے بعد عمل بند کر کے سخت سا گرم گرم دودھ پی لو۔ سات دن کے  
عمل سے گھڑا خود بخود حرکت کرے گا۔ پہلے آہستہ آہستہ پھر بہت تیزی کے  
ساتھ۔ اس سے خائف نہ ہوں بلکہ اپنے ہاتھ الگ کر لیں۔  
جب عمل بند کرنا ہو تو اپنے دونوں ہاتھ گھڑے کے قریب لے جا کر حسب  
ذیل طریق سے ایسا کرو۔

۱۔ گھڑے کی رفتار اب دھیمی پڑنا شروع ہو گئی ہے۔  
۲۔ اس کی رفتار کم ہو گئی ہے۔  
۳۔ وہ ساکن ہوا چاہتا ہے۔  
جب گھڑا ساکن ہو جائے تو اس طریق سے ایسا کرو۔  
۱۔ میری قوت مقناطیسی گھڑے سے نکل نکل کر آنکھوں کے ذریعہ واپس جسم  
میں جا رہی ہے۔  
۲۔ میں اپنی قوت مقناطیسی کو گھڑے سے واپس لے رہا ہوں۔  
۳۔ دس منٹ کے اندر میری طاقت بحال ہو جائے گی۔  
اس عمل سے تمہیں اتنی ترقی ہو گی کہ آئندہ کسی گھڑے یا دوسری دزدنی چیز پر



چند منٹ توجہ کرنے سے ہی اسے متحرک کر دیا کر دے۔

## عمل نمبر ۱۔ گلاب کا پھول

گلاب کا پودا گلد میں لگا کر اسے اپنے گھر کے صحن میں پھیلنے پھولنے دو۔ صبح و شام پانی دیتے رہو۔

عمل نمبر ۱۹ کے تحت جب آپ میں گھڑے کو متحرک اور ساکت کرنے کی طاقت آجائے تو خشک کرنے والے انگ کمرے میں جہاں مکمل سکوت اور خاموشی ہو صبح اٹھتے ہی اس گلد کو لے جا کر میز پر رکھ دو۔ اور گلاب کے ایک پھول پر کالے رنگ کا دھکا باندھ دو۔ پھر اس پھول پر ٹکلی جماتے ہوئے حسب ذیل طریقہ سے ایسا کرو۔

۱۔ رُوح جو تمہاری زندگی ہے۔ جس کی بدولت تم تروتازہ اور سرسبز دکھائی دیتے ہو میں اسے اپنی آنکھوں کے ذریعے کھینچ رہا ہوں۔

۲۔ تمہاری زندگی میری آنکھوں میں کھینچ کر جمع ہو رہی ہے اور تم خشک ہوتے جا رہے ہو۔

۳۔ تمہاری شادابی اور تازگی کا فور ہو رہی ہے اور تم ایک خشک پھول ہو۔

۴ منٹ روزانہ اس عمل کو جاری رکھو۔ اول تو دوسرے دن تیسرے روز پھول ضرور خشک ہو جائے گا۔ پھول خشک ہو جانے پر سمجھو کہ آپ کا عمل

پورا ہو گیا۔ اب امتحانی تجربات شروع کرو۔

## امتحانی تجربات

پانی کے بحرے ہوئے شیشے کے گلاس میں کسی کپڑے یا کتھی کو پکڑ کر ڈال دو مگر اس کا کوئی عضو نہ ٹوٹے۔ اب اس انتظار میں رہو کہ وہ ڈوب کر مر جائے اس میں کوئی حرکت باقی نہ رہے۔ وہ بالکل مرد ہو جائے۔ اس کے بعد کسی کاغذ یا تیکے سے اسے باہر نکال لو اور بلا ٹنگ پیپر پر رکھ کر چمکی بھرا پلوں کی سڑا رکھ اس پر ڈال دو تاکہ اس کی نمی خشک ہو جائے۔ اسی حالت میں مرے ہوئے کپڑے سے ذرا سی رکھ چٹا کر دائیں ہاتھ کی ایک انگلی اس سے چوتھائی انچ اونچا رکھو اور حسب ذیل طریقہ سے ایسا کرو۔

۱۔ رُوح جو تمہارے جسم سے نکل چکی ہے میں اسے دوبارہ تمہارے جسم میں داخل کر رہا ہوں۔

۲۔ تم ابھی ابھی زندہ ہو اچاہتے ہو۔

۳۔ رُوح تمہارے جسم میں داخل ہو رہی ہے۔

۴۔ تم اب بے کمرے ہو۔

۵۔ اب تم میں حرکت شروع ہوئی۔

ومنٹ کے اندر اس طریقہ سے اگر تم مرے ہوئے کپڑے کو زندہ کر سکو



تو سمجھو کہ سبق مکمل ہے۔

## تصور کا جادو

تصور کے معنی ہیں کسی شخصیت یا کسی چیز کا خیالی مجسمہ اس طرح اپنی آنکھوں کے سامنے لے آنا کہ غافل کے دل سے اصل نقل کا امتیاز بالکل محو ہو جائے پس یہی معلوم ہونے لگے کہ جو کچھ میں دیکھ رہا ہوں بعینہ وہی ہے۔ اس میں سرمو فرق نہیں۔ محبوب کا تصور دل میں لاؤ تو اس کے خیال میں اس قدر محو ہو جاؤ کہ دل سے اپنے آپ یہ جدا نکلے۔

یہی نقشہ ہے یہی رنگ ہے سماں ہے یہی

یہ جو صورت ہے تری صورت جاناں ہے یہی

اگر یہ حالت پیدا کر سکو تو پھر اور کیا چاہئے۔ گو ہر تصور خود بخود ہاتھ آئے گا اس کتاب کے ہر عمل پر عمل کر کے تصور کی پختگی حاصل کر لو۔ پھر دیکھو کہ دنیا کی بڑی بڑی شخصیتیں آپ کے ہاتھ میں ہوں گی اور تمہاری ہر خواہش خود بخود پوری ہوتی جائے گی۔ تصور کو ٹی معمولی چیز نہیں ہے۔ یہ ایک تصور ہی تھا جس کے ذریعے خدا نے لاکھوں بلکہ کروڑوں دنیاؤں کو پیدا کیا۔ لامحدود کائنات کی تخلیق کا راز اسی ایک تصور میں مضمر ہے۔ یہی نہیں بلکہ آج کی سائنس کا تمام دار و مدار اسی تصور پر ہے معمولی ریل سے لے کر راکٹ اور ٹیلی ویژن تک کی بنیاد تصور پر ہے۔ تصور ہی

سے تمام کاروبار ہوتے ہیں۔ تصور ہی سے بڑی بڑی ایجادات معرض وجود میں آتی ہیں۔

یہ تصور اتنی بڑی بات ہے کہ تم آسانی سے ذہن نشین نہیں کر سکتے۔ لہذا تصور کے اسباق کو ایک دو بار غور سے پڑھو۔ اس سے تمہیں معلوم ہو گا کہ تقریباً ہر سبق کی بنیاد تصور پر ہے۔

## امتحانِ تجربات نمبر ۲

۱۔ جب کہ تم تصور کی مشق میں کالی ہو چکے ہو۔ رات کے ٹھیک بارہ بجے بذریعہ تصور اپنی بیوی اپنے سامنے لاؤ دیا اپنے کسی رشتہ دار یا دوست کو اور ایک ام اور کچھ پھل چینی کی صاف پلیٹ میں رکھ کر مندرجہ ذیل ایماء کے ساتھ اسے پیش کر دو۔ یاد رکھو پیش کرنے والی ہر شے تصور ہی میں ہوگی۔ ساتھ یہ جملے کہیں۔

۱۔ اے۔ (نام لے)۔ تم جو اس وقت دنیا سے خواب کی سیر کرنے میں مشغول ہو میری باتوں کو خوب غور سے سنو۔

۲۔ اس وقت سمجھو خواب تم مجھے اس طرح دیکھ رہی ہو جیسے کہ میں تمہیں دیکھ رہا ہوں۔

۳۔ آگاہ ہو اس بات سے کہ مجھ کو تمہاری روح کے ساتھ دلی محبت ہے



اس نے قبول کر و میری طرف سے یہ تحفہ ناپ چیز۔

یہ کہتے کہتے پلٹ اس کی طرف بڑھا دو اور کہو۔

۴۔ صبح جب تم بیدار ہو گی تو یہ واقعہ تمہیں خواب کی شکل میں حرف بحرف

یاد ہو گا بلکہ تم خود اس کا ذکر مجھ سے کر د گی۔

مستورات ایک گھنٹہ تک ان کو زبانِ دل سے دہراتے رہو اور مخاطب

کے کانوں تک پہنچاتے رہو۔ پھر باطلہاتِ سورہ۔ اگلے دن سچ تمہاری بیوی

بیدار ہو کر اپنے اس خواب کا ذکر تم سے کرے گی۔

فائدہ ۵: اس سبق کا عاملِ حاکم کو مہربان بنا کر مقدمہ میں جیت اور انفسر

کو ہم خیال بنا کر اس سے مرضی کے مطابق کام لے سکتا ہے۔ دور بیٹھے ہوئے

زندہ دگر اور لا علاج مریض کو شفا یاب کر سکتا ہے اور جواری اور شرابی کی

جڑی عادت کا ازالہ کر سکتا ہے۔ نیز پتھر سے زیادہ سخت دل محبوب کو شہیم ذی

میں نرم کر لینا بھی اس کے عامل کے لئے کچھ مشکل نہیں۔

## عمل نمبر ۱۸۔ آنکھ کا جادو

لپکے بڑے آئینہ کے سامنے بیٹھے کھڑے ہو جاؤ۔ اس میں دیکھنا شروع

کرو۔ عکس کی بائیں آنکھ کی پتی کو نظر کا مرکز بناؤ۔ ایک منٹ تک بلا آنکھ جھپکے اس

کی طرف دیکھتے رہو۔ اگر زیادہ دیر تک دیکھ سکو تو اور بھی اچھا ہے۔ جب دیکھو

کہ آنکھ جھپکے بغیر نہیں رہا جاتا تو آنکھ کو جھپکنے کی بجائے ایک دم بند کر کے ۱۵

سینٹ تک آرام دو پھر دوبارہ ٹھنکی باندھ کر اسی طرح دیکھو۔

اسی طرح روزانہ اپنی مشق کا وقت بڑھاتے جاؤ۔ یہاں تک کہ ۳۰ منٹ تک

تم بغیر آنکھ جھپکے دیکھ سکو۔ ہر روز مشق ختم کر کے تمہیں محسوس ہوا کرے گا کہ گویا

آنکھ تھک گئی ہے۔ نیز آنکھوں سے پانی بھی جاری ہو جائیگا۔ اس وقت

مٹھ سے پانی کے چھینٹوں سے آنکھوں کو دھو ڈالنا چاہئے۔ مشق کے دوران

حسب ذیل خیالات کو بار بار دہرائیں۔

۱۔ میری قوتِ مقناطیس نہایت زوردار ہو رہی ہے۔

۲۔ جب تک میں چاہوں بلا آنکھ جھپکے کسی چیز کی طرف دیکھ سکتا ہوں۔

۳۔ کوئی ذی روح میرے حلقہ اثر سے باہر نہیں جاسکتا۔

۴۔ میری آنکھوں میں اس قدر قوتِ مقناطیسی جمع ہو جائے گی کہ آنکھیں چادر

ہوتے ہی مخاطب میرا مطیع ہو جائے۔

نتیجہ: جب پندرہ منٹ یا زائد عرصہ تک کسی چیز کی طرف بلا آنکھ جھپکے

اور بغیر کسی تکلیف کے دیکھ سکو تو مندرجہ ذیل عملی تجربات کو بذاتِ خود کرو

اور جب تک ان میں کامیابی نہ ہو۔ ہرگز آگے قدم نہ بڑھاؤ۔

## احتیاجی تجربات

۱۔ راہ چلتے کسی شخص کی گردن کے عقبی حصہ پر نظر جماؤ۔ دل میں ارادہ مضبوط



پوہین: اس مشق کے دوران ترش، گرم یا تیل کی اشیاء سے پرہیز کریں  
گوشت خوردی اور ہر قسم کے نشیات کو خیر باد کہہ دینا ہوگا۔ بصورت دیگر ہر طرح  
کے نقصانات کے زمرہ وار آپ خود ہوں گے۔ کیونکہ مذکورہ بالا اشیاء خون میں  
گرمی پیدا کرتی ہیں اور خون کی گرمی اس علم کی راہ میں سب سے بڑی رکاوٹ ہے۔

## عمل نمبر ۱۹۔ ٹاک ٹکی

صبح دشام جس وقت سیر کی غرض سے باہر نکلو تو کسی درخت کی چوٹی پر  
ٹھکی لگاؤ اور آہستہ آہستہ اس کی طرف بڑھتے چلو۔ دس منٹ تک بلا آنکھ جھپکے  
یہ عمل کرو۔ ایک ہی بار نہیں بلکہ بار بار اور ہر بار وقت بڑھاتے جاؤ۔

## عمل نمبر ۲۰

دونوں ابروؤں کے درمیان ناک کی جڑ میں گول سیاہ نشان لگا کر آئینہ میں  
دیکھیں اور اس سیاہ نشان کو نگاہ کا مرکز بنائیں۔ حتیٰ الامکان آنکھ نہ جھپکے اگر  
جھپکے بغیر نہ رہا جائے تو اپنی پلکوں پر زور دے کر بھڑوں کو کس لہ۔ اس سے  
آنکھیں ٹھکی رہیں گی۔ یہ عمل دس منٹ تک جاری رکھیں۔

## عمل نمبر ۲۱

صبح سویرے جو نہی آپ بیدار ہوں اپنا منہ جانب شمال کر کے چار پاٹی سے  
اُتر کر کھڑے ہو جاؤ اور سب سے پہلے جو چیز نظر آئے اسی پر جادو۔

رہے کہ وہ ابھی ابھی پیچھے مڑ کر دیکھے گا۔ نظر کی ٹھکی قائم رہے اور اس کے پیچھے  
پیچھے چلتے رہو۔ چند لمحات کے بعد تمہارے تعجب کی انتہا نہ رہے گی جب کہ وہ  
واقعی گرو دن پھر کر دیکھے گا۔ اور اسے یہ معلوم نہ ہوگا کہ اُس نے ایسا کیوں کیا  
ہے۔ یہ آنکھوں کی قوت متناطیس کا ایک ادنیٰ اثر ہے۔

۲۔ گھر میں جسے تم سب سے زیادہ پیار کرتے ہو اُس کی تصویر لو۔ پھر جس کی  
تصویر ہو اُس کی لاعلمی میں گھر کے کسی انگ کمرہ میں بیٹھ کر اور کمال کیسٹوئی قلب  
کے ساتھ تصویر کی بائیں آنکھ کی پتلی کو نظر کا مرکز بناؤ اور ٹھکی لگا کر دیکھنا  
شروع کرو اور تصویر سے مخاطب ہو کر دیکھو گھنٹہ تک عمل جاری رکھتے ہوئے  
حسب ذیل الفاظ دہراتے جاؤ۔

۱۔ جب شام کے چھ بج کر دس منٹ ہو جائیں گے تب تم مجھ سے ملنے کے  
لئے قیام ہو جاؤ گے۔

۲۔ مجھ سے بات چیت کرنے کے لئے تمہارا دل خود بخود چاہے گا۔

۳۔ تمہاری یہ خواہش بڑی تیز ہوگی۔

۴۔ تم اس خواہش کو دبا نہیں سکو گے۔

۵۔ ۶ بجکر ۱۰ منٹ پر تم میرے پاس چلے آؤ گے۔

نوٹ: اس تجربہ میں کامیابی حاصل کر کے تمہیں بڑی مسترت حاصل ہوگی

اور سمریزم سیکھنے کی خواہش دس گنا تیز ہو جائے گی۔



## عملی نمبر ۲۲

ایک دیوار کے سہارے کھڑے ہو باؤ اور مقابل کی دیوار پر اپنی نظر جماؤ  
بلا آنکھ جھپکے ایک سرے سے دوسرے تک دائیں بائیں اوپر نیچے گول  
دائرے میں دس منٹ تک۔

## قوت مقناطیسی بنانے کا رکیب

جب دیکھو کہ مشق کرنے کے بعد تھکان معلوم ہوتی ہے تو سمجھو کہ قوت  
مقناطیس میں خاصی کمی ہو گئی۔ اس وقت حسب ذیل طریقہ سے اس کمی کو پورا کر لو  
نہیں تو نقصان اٹھاؤ گے۔

اپنی آنکھیں بند کر کے سورج کی طرف دیکھنا شروع کرو اور دل میں تصور  
جماؤ کہ تمہارے جسم میں جو قوت مقناطیس کم ہو گئی ہے۔ اس کمی کو سورج  
جو طاقت مقناطیس کا مرکز ہے پوری کر رہا ہے۔ پانچ منٹ تک یہ عمل کرنا  
کافی ہے۔ اب آپ کو ہاتھ کے ذریعے مسمریزم کی نادر تیز رکیب اگلے صفحہ  
پر بتائی جاتی ہیں۔

## ہاتھ کا جاو۔ پاسوں کی ماہیت

کسی چیز کو متاثر کرنے یا کسی شخص کو اپنا ہم خیال بنانے کے لئے یہ ضروری

ہے کہ اپنی قوت مقناطیس کو اس کے جسم میں داخل کریں اور یقین ذرائع سے ممکن ہو سکتا  
ہے۔

۱۔ آنکھ کے ذریعہ ۲۔ ہاتھ کے ذریعہ ۳۔ دم کے ذریعہ  
عمل و علم مسمریزم چونکہ ایک بہت وسیع علم ہے لہذا اس کتاب میں اس کا  
اس قدر بھی آجانا گویا کوزہ میں دریا کا آجانا ہے۔ ہمارے پاس علم مسمریزم،  
ہیناٹریزم کا اس قدر مواد ہے کہ اگر اسے شائع کیا جائے تو ایک بہت ضخیم کتاب  
بن جائے۔ لہذا ہم نے یہ تہیہ کر لیا ہے کہ اس علم کو کتابی صورت میں حقیقہ وار  
شائع کیا جائے۔ ہیناٹریزم اور مسمریزم کے مکمل اسباق کے لئے اسی کتاب کا  
دوسرا حصہ ہم سے طلب کریں۔

ہاں تو ذکر ہو رہا تھا پاسوں کا۔ سو آنکھ سے متاثر کرنے کے کئی طریقے  
آپ گوشہ اسباق میں عملی طور پر سیکھ چکے ہوں گے۔ بلکہ تجربات بھی کر چکے ہوں  
گے۔ اب ہم آپ کو اس سبق میں ہاتھ کا عملی پاس کرنے کے طریقے بتاتے ہیں اور اس  
کتاب کے آئندہ حصے میں دم کے ذریعے پاس کرنے کے طریقے بتلائیں گے۔  
چونکہ مسمرائزر کو ان پاسوں کی بڑی ضرورت رہتی ہے اور ان کے ذریعے  
ان سے اس کو کئی بار خلق خدا کو فائدہ پہنچانا ہوتا ہے۔ اس لئے اس کو ہر طریقہ  
سے واقفیت ضروری ہے۔

مسمریزم میں قوت مقناطیسی کو انگلیوں کی پوروں سے خارج کیا جاتا ہے



اور انگریزی میں اس فعل کو "پاس کرنا" اردو میں "حرکات دستی" یا جھاڑنا اور ہندی میں جھاڑا کہتے ہیں۔ یعنی کسی ذریعہ کسی بھی اندرونی چیز کو خارج کرنا یا کسی وجہ سے ہونے والا اثر مقناطیس کو تمام بدن میں پھیلانا خارج کرنا وغیرہ ہے۔

مسمرانہ کو پاس کرنے کے وقت کسی چیز کی ضرورت نہیں پڑتی۔ یہ صرف ہاتھ سے ہی جھاڑا کرتے ہیں۔ چونکہ علم مسمریزم میں لفظ پاس کا استعمال بہت ہوتا ہے۔ اس لئے ذیل میں پاسوں کی تشریح درج کی جاتی ہے جس میں آپ کو پاسوں کے نام ان کی اقسام اور تشریح بتاتے ہیں اور ان کو خوب یاد رکھیں۔

## پاسوں کی اقسام

تقریباً پاس۔ اپنی انگلیوں کو ٹیڑھا کر کے کسی جاندار یا بے جان پر اس کا عمل کرنا مسمریزم کی اصطلاح میں پاس کرنا کہا جاتا ہے۔ اس کی ۱۲ اقسام ہیں۔

- |                    |                   |
|--------------------|-------------------|
| ۱۔ طویل پاس        | ۲۔ اُلٹے طویل پاس |
| ۳۔ افقی پاس        | ۴۔ چھوٹے پاس      |
| ۵۔ اُلٹے چھوٹے پاس | ۶۔ مقامی پاس      |
| ۷۔ کششی پاس        | ۸۔ فرضی پاس       |
| ۹۔ دافع پاس        | ۱۰۔ نزدیکی پاس    |
| ۱۱۔ سیڑھے پاس      | ۱۲۔ کافوری پاس    |

۱۔ طویل پاس۔ سر سے پاؤں تک جو پاس کئے جاتے ہیں۔ جن کی غرض سر سے پاؤں تک اثر مقناطیس پھیلانے یا اخراج فاسد مادہ ہوتا ہے۔ اُلٹے ہوئے انسان پر کئے جاتے ہیں۔

۲۔ اُلٹے طویل پاس۔ یہ پاس طویل کے برخلاف پاؤں سے سر تک کئے جاتے ہیں۔ ان سے اثر مقناطیس خارج کیا جاتا ہے۔ اُلٹے طویل پاس کہلاتے ہیں۔ یہ پاس مسمریزم کا اثر دور کرنے کے لئے اور میڈیم کو ہوش میں لانے کے لئے کئے جاتے ہیں۔

۳۔ افقی پاس۔ یہ بھی طویل پاس کی ہی نقل ہے لیکن ان میں بیٹھے ہوئے انسان پر عمل کیا جاتا ہے۔ اس کے برخلاف عمل کو اُلٹے بھی پاس کہا جاتا ہے۔

۴۔ چھوٹے پاس۔ کسی خاص حصہ جسم پر کسی عضو سے لے کر دوسرے عضو تک تا اختتام عضو تک جو پاس کئے جاتے ہیں۔ ان کا نام چھوٹے پاس ہیں۔

۵۔ اُلٹے چھوٹے پاس۔ یہ پاس چھوٹے پاسوں کی مخالف شکل ہے یعنی جو پاس اوپر کی طرف کسی اعضا سے لے کر کسی عضو تک کئے جاتے ہیں۔ جیسے گردن سے سر کی چوٹی تک۔

۶۔ مقامی پاس۔ خاص ایک ہی جگہ پر جو پاس کئے جاتے ہیں۔ ان کو مقامی پاس کہتے ہیں۔ یہ پاس درد وغیرہ کے مقام پر کئے جاتے ہیں۔ جیسے کان درد، آنکھ یا سردرد۔